



Información sobre Inocuidad de Alimentos



Los Invitados Ponen en Peligro los Alimentos Cuando “No se presentan”

Has invitado a todos, decorado las mesas y preparado los alimentos. Entonces, los invitados se atrasan, cancelan o no llegan. Las comidas de los días festivos y otras celebraciones requieren planificación para asegurar que todo sea “adecuado”. Cuando los invitados tienen emergencias y la comida se atrasa o se cancela, los alimentos deben ser manejados “adecuadamente” para que permanezcan sanos.

La Línea de Información para Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA, por sus siglas en inglés) recibe diariamente llamadas de consumidores que necesitan ayuda con situaciones inesperadas. Aquí le presentamos como manejar los alimentos de una manera inocua.

P. Preparé una cena especial para un grupo de amigos, pero acabo de oír el reporte el tiempo en la televisión, advirtiéndole a todos que se queden en sus hogares. ¿Qué hago con toda la comida?

R. Si los invitados pueden asistir a la cena dentro de los próximos cuatro días, los alimentos cocidos se pueden guardar adecuadamente en el refrigerador. Congele los alimentos cocidos si va a almacenarlos por más tiempo. Congele los alimentos cocidos en envases llanos bien tapados o con cierre hermético, envueltos con papel de aluminio reforzado o con envoltura para congelador. Estos alimentos mantendrán su mejor calidad (sabor, textura y jugosidad) por 3 a 4 meses. En adición, la mayoría de las comidas preparadas con vegetales, arroz y pastas se pueden congelar. Las salsas de crema pueden volverse grumosas o separarse en capas al congelarlas y recalentarlas, pero permanecerán inocuas para servir las nuevamente.

P. He descongelado unos filetes de res para la cena de esta noche. ¿Tendré que desecharlos si mis invitados no vienen a cenar?

R. Las carnes (o aves) crudas pueden ser congeladas nuevamente SOLO si han sido descongeladas en el refrigerador. Si las carnes o aves estuvieron congeladas anteriormente, su calidad podría disminuir al congelarlas nuevamente, pero permanecen inocuas porque las bacterias no crecen a temperaturas del congelador.

Si los invitados pueden venir en otro momento, una alternativa es el refrigerar las aves y carnes molidas por 2 días; y las carnes rojas como asados y filetes, por 5 días. Si se mantienen por más tiempo en el refrigerador, las carnes y aves probablemente se dañen.

P. Todo esta listo para la cena, pero los invitados se han retrasado por lo menos por una hora. ¿Qué puedo hacer para mantener la comida sana?

R. Recuerde las pautas simples para la inocuidad alimentaria:

1. Mantenga caliente los alimentos calientes, y frío los alimentos fríos.
2. No permita que los alimentos cocidos, carnes o aves, permanezcan en la “Zona de Peligro” [entre 40 °F a 140 °F (4.4 °C a 60 °C) por mas de 2 horas.

Si tiene alimentos calientes en el horno, puede mantenerlos hasta que los invitados lleguen. Mantenga un termómetro para alimentos en la parte más gruesa del asado o ave, o en el centro de la cazuela. Gradúe la temperatura de su horno, para que la temperatura interna del alimento permanezca igual o mayor de 140 °F (60 °C). Para prevenir que se seque, cubra los alimentos o envuélvalos en papel de aluminio.

P. Debido a una situación de emergencia, mis invitados se atrasaran por tres a cuatro horas, ¿Pueden permanecer los alimentos en el horno?

Los Invitados Ponen en Peligro los Alimentos Cuando “No se presentan”

R. Los alimentos pueden secarse si se mantienen calientes por mucho tiempo. Cuando los invitados se retrasen demasiado, es mejor que refrigere los alimentos y los caliente cuando sus invitados lleguen. Los alimentos en envases llanos se enfriarán rápidamente a una temperatura adecuada en el refrigerador. No se preocupe por colocar alimentos calientes directamente en su refrigerador, pues el termostato mantiene la unidad enfriándose para mantenerla a una temperatura adecuada [de 40 °F (4.4 °C) o menos]. Cuando lleguen los invitados, recaliente los alimentos en un horno graduado a 325 °F (162.8 °C), hasta que éstos alcancen una temperatura interna de 165 °F (73.9 °C) o hasta que emitan vapor. Los alimentos fríos deben mantenerse refrigerados hasta la hora de la comida.

P. Mi pavo relleno esta listo AHORA, y mis invitados no llegaran hasta dentro de 3 horas. ¡Ayuda!

R. Si ha preparado un pavo y determinó que está adecuadamente cocido algunas horas antes de servir, remueva el pavo del horno y permita un tiempo de descanso de 20 minutos. Si el pavo esta relleno, remueva el relleno, guárdelo en un envase llano, cúbralo y refrigérela. Remueva las piernas, muslos y alas del pavo. Si desea, rebane la carne de la pechuga, muslos y piernas.

Si desea servir la carne fría, mantenga la carne cortada del pavo en platos grandes, bandejas o envases llanos. Para calentar la carne ya cortada, coloque la carne

en envases llanos que sean resistentes en el horno o en una cacerola. Cubra y refrigera la carne. Si va a preparar salsa de carne, guarde los jugos del pavo y refrigérela. La salsa puede prepararla a su gusto.

Treinta minutos antes de calentar el pavo, rocíelo con un poco de caldo. Cúbralo con papel de aluminio y caliéntelo en un horno graduado a 325 °F (162.8 °C). El relleno puede ser calentado a un lado del pavo.

P. Usualmente ordeno la comida para llevar cuando salgo a divertirme. ¿Qué hago con los alimentos después de traerlos a casa?

R. Debe manejar los alimentos dependiendo de la temperatura a la que éstos se encuentran cuando los compre. En primer lugar, lleve inmediatamente los alimentos a su destino. No deje la “comida para llevar” a temperatura ambiental por mas de 2 horas, o 1 hora si la temperatura es mayor de 90 °F (32.2 °C).

Los alimentos que están fríos al momento de comprarlos deben ser refrigerados hasta el momento de servirlos. Si los alimentos están calientes, y se servirán dentro de un plazo de dos horas, manténgalos dentro de un horno graduado de manera que se mantengan a una temperatura interna de 140 °F (60 °C). Si cuece un pavo, mida la temperatura interna del pavo con un termómetro para alimentos en la parte más gruesa del muslo. Si va a recoger o comprar los alimentos con anticipación, refrigérela y recalíentelos cuando se acerque la hora de servir.

¿Preguntas sobre inocuidad alimentaria?

Llame a la Línea de Información sobre Carnes y Aves

Si tiene preguntas sobre carnes, aves y productos de huevos, llame gratis a la Línea de Información sobre Carnes y Aves del Departamento de Agricultura de los EE.UU. al **1-888-674-6854**.



La Línea está abierta durante todo el año, de lunes a viernes, desde las 10 a.m. hasta las 4 p.m., hora del este (inglés y español). Puede escuchar mensajes grabados sobre la inocuidad alimentaria, disponibles durante las 24 horas del día. Visite la página electrónica, es Español, del FSIS, www.fsis.usda.gov/En_Espanol/index.asp

¡Pregúntele a Karen!

El sistema automático de respuestas del FSIS puede proveerle información sobre la inocuidad de los alimentos, 24 horas del día/7 días a la semana, y “charlas” en vivo durante las horas laborables de la Línea de Información.



PregunteleaKaren.gov

Envíe sus preguntas por correo electrónico al **MPHotline.fsis@usda.gov**.

El FSIS estimula la reproducción y distribución de esta publicación para usarse con el propósito de difundir información sobre inocuidad alimentaria. Sin embargo, las imágenes incluidas del PhotoDisc, fueron usadas con aprobación (licencia), y están protegidas bajo las leyes de derecho al autor en los EE.UU., Canadá y otros países del mundo, y no deben ser grabadas o bajadas, con la excepción de cuando se imprimen incluidas en

El USDA provee igualdad de oportunidad y de empleo.
Enero 2011